

Cuando la enfermedad se asoma por la ventana



Las enfermedades no entienden de edades ni de circunstancias...

...además no suele pedir permiso para que la dejemos entrar, se presenta y ya está. Más tarde o más temprano, según se mire, todos terminamos padeciendo a lo largo de nuestra vida una o varias enfermedades más o menos graves. El abanico de posibilidades, en cuanto a enfermedades posibles es muy variado pero sobre todo muy rico en matices y si no que se lo pregunten a los médicos de familia y especialistas.

Cada enfermedad va a depender, no solo de un buen diagnóstico y su consiguiente tratamiento y de como atiendan a los demás, sino que también va a depender, muy primordialmente “de como va a ser capaz, el enfermo de enfrentarse a su enfermedad”

Como habitualmente las personas vivimos en **familia**, las enfermedades las pasamos habitualmente rodeados de nuestros familiares más próximos.

“Cuando una enfermedad se asoma por la ventana de nuestra casa, todos los miembros de una familia debiéramos formar parte de un todo”

Cuando la enfermedad toma cuerpo en nuestro hogar, independientemente de la levedad o gravedad de dicha enfermedad, todos deberíamos tener en cuenta varias consideraciones que hagan más fácil y posible vivir de igual manera atendiendo al enfermo y sin que se altere la armonía familiar.

Reflexiones para la persona enfermo adulta y consciente:

- **Las enfermedades** nunca llegan en el momento oportuno pero para nadie...
- **La curación** de las mismas, no siempre se cumple en el tiempo que te dicen muchas veces es mucho menos de lo que en principio te pronosticaron mientras no haya nuevas complicaciones.
- **Las limitaciones** por enfermedad, ni el enfermo ni los familiares debemos interpretarlo como carencias sino solo como limitaciones temporales.
- **El verdadero protagonista** de la enfermedad es el propio enfermo no quienes le cuidan.
- **El derecho a la intimidad** es del enfermo no de quienes le cuidan.
- **Los “derechos de autor” de la enfermedad**, desarrollo y consecuencias es del enfermo mientras no pierda su capacidad de pensamiento y decisión.
- Hoy en día estar enfermo no tiene que ser sinónimo de sufrir dolores, habla de ti y como te sientes con objetividad y te podrán ayudar mejor a paliar los efectos de tu enfermedad.
- **Pide ayuda a quien te cuida**, siempre que lo necesites, con cariño y afabilidad.
- **Pide consuelo personal y espiritual** siempre que lo creas necesario, para tu paz interior.
- **Sopesa y reflexiona cual es tu posición** dentro de la familia y analiza cuales son las repercusiones de tus actitudes ante tu enfermedad, sea cual sea.
- Una enfermedad tanto si es accidental, crónica o mortal, **no debe condicionar nunca** tus actitudes y solo en algunos casos puede limitar tus aptitudes y/o derechos.

“Ríndete positivamente ante las aptitudes pero nunca ante tus actitudes, que van a ser parte de tu calidad de vida mientras estés enfermo”

Para los familiares que cuidan al enfermo:

- **No quejarse ni lamentarse del momento** en el que se ha asomado la enfermedad por la ventana de nuestra casa, nunca nos parecerá que ha sido el momento más oportuno...
- **De nuestra paciencia** para esperar la mejora de nuestro familiar enfermo, va a depender que la persona enferma, lleve mejor su situación sin sentirse un estorbo...
- Si las **limitaciones del enfermo** nos limitan, organízate mejor en función de la nueva situación pero no digas nunca: que cansad@ estoy del nuevo lío de vida que tenemos...
- Si la persona que cuidas es un buen enfermo que sabe pedir ayuda cuando realmente la necesita, **no es necesario que le sobreprotejas en exceso**, porque le limitas no solo física sino personalmente.
- Si es de los que no sabe pedir bien la ayuda que necesita, entonces arrímate más a él y ayúdale a que sepa decirte que necesita de ti.
- Aunque estuvieras las 24 horas a su lado porque lo necesitara, eso no te da ningún derecho sobre la intimidad de su enfermedad y su forma vital de asumirla. Déjale que hable de su enfermedad a quien quiera y como quiera y no como a ti te gustaría y a quien a ti te gustaría que lo hiciera.
- Tu sabes demasiado sobre la trascendencia de su enfermedad, cuida con **prudencia y discreción** lo que hablas sobre la persona a la que cuidas.

Todas las personas que cuidan a un familiar, debemos sopesar cual es nuestra posición en la familia y nuestra relación con el enfermo, es fundamental conocer cual debe de ser **tu grado de implicación como cuidador y tu actitud ante el enfermo.**

“Si eres alguien muy cercano es básica tu actitud para su recuperación o su tiempo de enfermedad”

No dramáticas pero tampoco te pongas una coraza de frialdad para parecer que no te afecta lo que de verdad te está afectando. Busca un equilibrio entre **fortaleza y consuelo** que favorece un ambiente muy positivo alrededor de la persona enferma: Cuidalo simplemente **“queriendo**

quererle” todos los días.

Los familiares de un enfermo es ahora más que nunca cuando tenemos que recordar un principio básico del **amor** entre los que forman una familia:

“A las personas de tu familia se las quiere por lo que son, no por lo que tienen o no tienen”

En este caso puede que la persona enferma no tenga salud, pero la salud es solo parte de lo que hace con su vida. El cuerpo es el complemento necesario y perfecto para la **persona**, pero solo es un cuerpo, lo importante es lo invisible que hay detrás del cuerpo:

LA PERSONA.

El ámbito espiritual de la persona junto con su actitud, son las facetas más importantes de cualquiera de nosotros, tanto en la salud como en la enfermedad. Precisamente en momentos de enfermedad tanto la actitud como la espiritualidad fortalecen en gran medida las expectativas de mejora y colaboración ante el desarrollo de cualquier enfermedad.

Aparentemente cuidar a un niño enfermo es fácil y hasta gratificante para el que le cuida, y una de las razones de porque **al niño es mas fácil y agradable de cuidar que un adulto**, por muy enfermo que esté y nos de mucha pena sus limitaciones, es por la sencilla razón de que el niño vive el presente, sin pensar en su pasado y sin pensar cual será su futuro, solo confía en quienes le cuidan y espera...

Si algo se hace difícil cuando se cura a un adulto, es que mientras le cuidan **su actitud se basa en querer controlar el presente** y al tiempo no parece que pueda evitar pensar que puede tener ya más pasado que futuro. Haciendo del ambiente que le rodea “tierra quemada” e intoxicando el ambiente con su actitud.

“Ante la enfermedad, tenemos los adultos mucho que aprender de los niños”

Nadie nos enseña a ser un buen enfermo, ni a ser un buen cuidador de enfermo. Los médicos y cualquier personal sanitario, sabe que la colaboración activa por parte del enfermo “entregado a ello en cuerpo

y alma”, es vital para su progreso y posterior curación.

“La temperatura del alma tanto del enfermo como del que le cuida, debe formar parte importante del tratamiento y la recuperación de la persona enferma”

